

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

ANNÉE 1923

THÈSE

N°

416

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

(DIPLOME D'ÉTAT)

PAR

Raymond COURTOIS

Ancien Externe des Hôpitaux de Paris
Né le 5 juin 1890, à Saint-Thibault

RÉFLEXIONS SUR LA SANTÉ

DE L'INFLUENCE DU MORAL
SUR LE PHYSIQUE

Président : M. HENRI CLAUDE, professeur

PARIS

IMPRIMERIE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE

JOUBE & C^{ie}, ÉDITEURS

15, RUE CACINE, 15

—
1923

31A

414

THÈSE

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

17A



Digitized by the Internet Archive
in 2026

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

ANNÉE 1923

THÈSE

N° —

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

(DIPLOME D'ÉTAT)

PAR

Raymond COURTOIS

Ancien Externe des Hôpitaux de Paris

Né le 5 juin 1890, à Saint-Thibault

RÉFLEXIONS SUR LA SANTÉ

DE L'INFLUENCE DU MORAL
SUR LE PHYSIQUE

Président : M. HENRI CLAUDE, professeur

PARIS

IMPRIMERIE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE

JOUBE & C^{ie}, ÉDITEURS

15, RUE RACINE, 15

1923

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

LE DOYEN : M. ROGER
ASSESSEUR : G. POUCHET
PROFESSEURS

	MM.
Anatomie.	NICOLAS
Anatomie médico-chirurgicale	CUNEO
Physiologie.	CH. RICHET
Physique médicale	ANDRÉ BROCA
Chimie organique et Chimie générale	DESGREZ
Bactériologie	BEZANÇON
Parasitologie et Histoire naturelle médicale	BRUMPT
Pathologie et Thérapeutique générales.	MARCEL LABBÉ
Pathologie médicale	N...
Pathologie chirurgicale.	LECENE
Anatomie pathologique.	LETULLE
Histologie	PRENANT
Pharmacologie et matière médicale	RICHAUD
Thérapeutique	CARNOT
Hygiène.	BERNARD
Médecine légale.	BALTHAZARD
Histoire de la médecine et de la chirurgie	MENETRIER
Pathologie expérimentale et comparée.	ROGER
Clinique médicale	ACHARD
	WIDAL
	GILBERT
	CHAUFFARD
	MARFAN
	NOBECOURT
Hygiène et clinique de la 1 ^{re} enfance	CLAUDE
Clinique des maladies des enfants.	JEANSELME
Clinique des maladies mentales et des maladies de l'encéphale.	PIERRE MARIE
Clinique des maladies cutanées et syphilitiques.	TEISSIER
Clinique des maladies du système nerveux.	DELBET
Clinique des maladies contagieuses	LEJARS
Clinique chirurgicale	HARTMANN
	GOSSET
Clinique ophthalmologique	DE LAPERSONNE
Clinique des maladies des voies urinaires.	LEGUEU
Clinique d'accouchements	BRINDEAU
	COUVELAIRE
	JEANNIN
Clinique gynécologique.	J.-L. FAURE
Clinique chirurgicale infantile	AUGUSTE BROCA
Clinique thérapeutique.	VAQUEZ
Clinique d'Oto-rhino-laryngologie.	SEBILEAU
Clinique thérapeutique chirurgicale	PIERRE DUVAL
Clinique propédeutique.	SERGEANT

AGRÉGÉS EN EXERCICE

MM.			
ABRAMI	DUVOIR	LE LORIER	RETTERRER
ALGLAVE	FIESSINGER	LEMIERRE	RIBIERRE
BASSET	GARNIER	LEQUEUX	ROUSSY
BAUDOUIN	GOUGEROT	LEREBoullet	ROUVIERE
BLANCHETIERE	GREGOIRE	LERI	SCHWARTZ(A.)
BRANCA	GUENIOT	LEVY-SOLAL	STROHL
CAMUS	GUILLAIN	MATHIEU	TANON
CHAMPY	HEITZ-BOYER	METZGER	TERRIEN
CHEVASSU	JOYEUX	MOCQUOT	TIFFENEAU
CHIRAY	LABBÉ HENRI	MULON	VILLARET
CLERC	LAIGNEL-LAVASTINE	OKINCZYC	
DEBRE	LANGLOIS	PHILIBERT	
DESMAREST	LARDENNOIS	RATHERY	

Par délibération en date du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.



A LA MÉMOIRE DE MA MÈRE

A MON PÈRE

BENJAMIN COURTOIS

Directeur d'Ecole honoraire
Officier de l'Instruction publique
Chevalier du Mérite agricole

Faible témoignage de ma profonde reconnaissance.

A MON FRÈRE

GASTON COURTOIS

Docteur en Pharmacie

Témoignage d'affection.

MEIS ET AMICIS

A MON PRÉSIDENT DE THÈSE

MONSIEUR LE PROFESSEUR HENRI CLAUDE

Professeur de Clinique des Maladies mentales
et de l'Encéphale

Médecin de l'Asile Sainte-Anne
Officier de la Légion d'honneur

*En remerciement du grand honneur qu'il
nous a fait en acceptant la présidence de
notre thèse.*

A MES MAÎTRES DANS LES HÔPITAUX

1909-1910. M. LE DOCTEUR CLAISSE, Médecin de l'Hôpital de la Vieille-Pitié.

Qui nous initia aux secrets de la Clinique.

1910. M. LE DOCTEUR PETIT, Médecin de l'Hôtel-Dieu.

1911. M. LE DOCTEUR JOSUÉ, Médecin de la Vieille-Pitié (*in memoriam*).

Externat

1911-1912. M. LE DOCTEUR DOLERIS, Accoucheur de la Maternité de l'Hôpital Saint-Antoine.

M. LE DOCTEUR CATHALA, Accoucheur de la Maternité de l'Hôpital Saint-Antoine.

1912-1913. M. LE DOCTEUR LOUIS FOURNIER, Médecin de l'Hôpital Ricord.

Dont l'amitié bienveillante fut pour nous un précieux réconfort.

1913-1914. M. LE DOCTEUR CLAISSE, Médecin de l'Hôpital de la Pitié.

1914. M. LE DOCTEUR BRUHL, Médecin de l'Hôpital Bichat.

1919. M. LE PROFESSEUR AGRÉGÉ MARION, Chirurgien de l'Hôpital Lariboisière.

1919-1920. M. LE DOCTEUR CLAISSE, Médecin de l'Hôpital Laënnec.

A MES MAÎTRES EN OTO-RHINO-LARYNGOLOGIE

M. LE DOCTEUR HENRI BOURGEOIS, oto-rhino-laryngologiste de l'Hôpital de la Pitié.

M. LE DOCTEUR GRIVOT, oto-rhino-laryngologiste de l'Hôpital de la Pitié (*Externat* 1921-1922).

M. LE DOCTEUR ROUGET, oto-rhino-laryngologiste des Hôpitaux.

M. LE DOCTEUR SOURDILLE, Assistant du Service d'oto-rhino-laryngologie de l'Hôpital de la Pitié.

A MON MAÎTRE EN OPHTALMOLOGIE

M. LE PROFESSEUR DE LAPPERSONNE, Professeur de Clinique ophtalmologique de l'Hôtel-Dieu.

A MES CONFÉRENCIERS

M. LE DOCTEUR LOUIS BORY, ancien chef de clinique à l'Hôpital Saint-Louis.

Qui conseilla mes débuts médicaux.

M. LE DOCTEUR MUTEL.

M. LE DOCTEUR BAUFLE.

M. LE DOCTEUR PIERRE MÉNARD (*in memoriam*).

M. LE DOCTEUR MONOD ROBERT, Chirurgien des Hôpitaux.

A tous témoignage de reconnaissance.

RÉFLEXIONS SUR LA SANTÉ

DE L'INFLUENCE DU MORAL SUR LE PHYSIQUE

INTRODUCTION

A notre époque, la Science médicale, se livrant à l'étude des maladies, les a classées dans des cadres précis, faisant un examen minutieux des symptômes. Elle a poussé l'analyse très loin, jusque dans l'étude macroscopique et microscopique des lésions matérielles causées par ces diverses maladies. Elle a étudié minutieusement la cause de chacune d'elles, trouvant l'origine dans de nombreux microorganismes que la microbiologie a isolés.

Dans les traités classiques, l'étiologie énumère souvent comme causes favorisantes la misère physiologique, les soucis, le surmenage. Ne peut-on pas y adjoindre la misère psychologique ?

Ce n'est pas sortir du terrain médical que d'essayer de remonter à la cause première, d'assigner à chaque cause prédisposante sa valeur en soi et de montrer les rapports intimes qui unissent ces causes. N'est-ce point faire la synthèse du mal et si l'on envisage ainsi le problème « dans telles et telles conditions sociales ou individuelles, tels désordres apparaîtront dans le fonctionnement de l'organisme humain, telles maladies seront observées », ne faut-il pas lutter contre ces agents destructeurs ?

Dernièrement, après avoir écrit ces pages, j'ai lu le livre du Dr Pierre Janet, professeur au Collège de France, *la Médecine psychologique*, et, en moi-même, je considérais ce mémoire comme une introduction à cette étude.

Toutes les sciences sont solidaires les unes des autres; l'examen approfondi des différentes conduites sociales montre leur complexité et la quantité d'énergie qu'elles exigent. L'être est limité dans ses ressources, il doit savoir les utiliser intelligemment, il doit savoir se ménager, il doit savoir prendre des décisions. D'un autre côté, l'être humain est formé de deux constituants : l'esprit et le corps. Le corps a ses exigences, l'esprit a les siennes.

Dans l'étude du problème de la Santé, il faut tenir compte de ces deux éléments; si la Science médicale actuelle a approfondi l'un, il ne semble pas qu'elle ait encore accordé à l'autre l'intérêt qu'il comporte.

L'être humain est avant tout un être sociable, et la civilisation ne donne-t-elle pas comme ordre impératif l'étude de ces questions que la Raison pure doit élucider ?

Et ainsi dans cette « machine ronde » le médecin qui vit au contact de la souffrance ne s'oppose-t-il pas, par la mission qui lui incombe, à nombre d'autres membres du cadre social qui vivent dans l'Intérêt et pratiquent la morale de l'intérêt ? Il est permis de faire ici le parallèle de l'homme d'honneur et de l'honnête homme.

L'un est un sage qui puise sa force morale chez les Anciens; l'autre est un agité, un médiateur qui est fonction de son époque.

L'un est de tous les temps, l'autre est de son temps.

L'un mérite de conseiller le monde, l'autre d'être dans la suite un rouage secondaire.

L'un est le moteur, facteur santé; l'autre le changement de vitesse, le différentiel, facteur argent. La richesse n'est-elle pas dans la santé, le courage civique, éléments essentiels du capital travail, le seul qui compte véritablement ?

Qu'on me pardonne d'évoquer de pénibles souvenirs, mais quels enseignements ne peut-on pas tirer de cette guerre dernière ? N'avons-nous pas tous vu et examiné des sujets plutôt débiles, que le devoir patriotique n'effrayait pas, ayant au front une santé qu'ils n'avaient jamais connue ? Et pourtant, le confort était primitif, la vie précaire, la nourriture peu soignée. Et cependant nombre de névropathes, nombre de dyspeptiques, entériques et pseudo-cardiaques n'éprouvaient aucun malaise. Mais ils vivaient au grand air ; ils ne connaissaient pas là une vie compliquée. Ils avaient comme ligne de conduite l'idéal qu'impose la volonté de vaincre. Revenus saufs dans la vie privée, qu'ils mènent une vie du même genre, à la campagne, dans le cadre grandiose et reposant de la Nature ; qu'ils aient comme idéal la conquête du Juste, ils doivent logiquement être les mêmes au point de vue santé, ils doivent être mieux puisqu'ils ont et doivent avoir, dans de plus grandes proportions, la sûreté du lendemain.

L'argumentation de ce mémoire gravite autour de cet aphorisme de M. Emile Sauvage : « *L'homme est-il libre parce qu'il est volontaire, ou bien est-il volontaire parce qu'il est libre ?* »

Qu'il me soit permis de lui rendre ici un profond hommage.

LE PROCESSUS MORBIDE

LA SANTÉ

HYGIÈNE PHYSIQUE — HYGIÈNE MORALE

Personne ne saurait contester que la vie menée actuellement par la plupart des humains est souvent disproportionnée avec leurs possibilités; ils n'ont pas assez conscience de leurs aptitudes. Un organisme peut-il s'ignorer et peut-il dépasser certaine limite sans que le désordre, le déséquilibre ne tarde à apparaître.

Il faut donc se bien connaître si l'on ne veut pas courir à l'abîme qu'involontairement on peut avoir creusé.

Il faut savoir se commander et savoir obéir aux ordres qu'on s'est donné raisonnablement.

La réflexion impose certaines conduites, et la détermination une fois prise, l'acte doit s'ensuivre. Si l'acte ne suit pas la détermination, il y a malaise, refoulement, et l'individu prend l'habitude de ne plus obéir à ses propres directives. Il en arrive à l'indiscipline, au chaos intellectuel. Dans ces conditions, l'individu perd sa noblesse, il n'est plus digne de choisir lui-même ses directives puisqu'il ne les suit pas. Il devient la proie de ceux qui voudront lui imposer leur autorité. Incapable d'agir sous ses propres impulsions, il lui faudra exécuter les ordres de ses chefs sous crainte de la sanction. De libre qu'il était, il devient un instrument. Il vivra dès lors sous l'empire de la peur, dans la crainte du châtimement. *Timor Domini, initium sapientiæ*, telle sera sa devise.

L'être qui vit ainsi perd peu à peu confiance en lui,

il n'a plus cette plénitude de moyens d'action qui fait qu'il peut les développer davantage, il tombe dans l'indifférence, il n'est plus capable d'agir véritablement. Il devient un être soumis, malléable, incapable de se gouverner lui-même. Il est la proie de toutes les suggestions bonnes ou mauvaises. Il a perdu le pouvoir de contrôle.

Savoir choisir, pouvoir choisir, c'est être libre, c'est être digne de l'être. Si l'individu ne sait plus choisir et ne peut plus exécuter l'acte qu'il a choisi, il a perdu toute sa force volontaire. Il y a arrêt dans le fonctionnement de ses aptitudes que régit son intelligence. Pourquoi cet arrêt, cette inhibition qui peut être le point de départ de toutes les déformations de ces aptitudes, de leur régression, de leur atrophie ? Il est certain que l'esprit qui perd l'habitude de penser s'atrophie rapidement ; il est certain que l'esprit qui se laisse envahir par des idées toujours les mêmes ne tarde pas à divaguer ; il perd la souplesse qui résulte du choc des idées, de leur association, de leur confrontation, de leur enchaînement logique. L'ordre est partout dans la nature, les lois physiques nous révèlent cette harmonie en nombre, poids et mesure, pour tout ce qui est des phénomènes matériels relevant de l'observation et de l'expérimentation.

Il ne saurait en être autrement dans le domaine psychologique où tout s'équilibre en des lois peut-être plus complexes pour être exprimées raisonnablement. Ces lois sont le complexe d'une organisation physiologique sans cesse renouvelée et d'un mécanisme psychologique toujours impressionné.

Nos organes fonctionnent simultanément, conjointement et harmonieusement. Ils sont influençables les uns les autres et la santé est cet équilibre qui règne dans le fonctionnement de ces organes, tous unis chacun à chacun par des rapports intimes, certes, mais qui ne s'expriment encore selon des formules exactes.

Que le fonctionnement d'un de ces organes soit troublé, tous les autres le sont. Que l'estomac soit troublé dans son fonctionnement, le foie ne tarde pas à l'être, puis l'intestin, puis le rein, puis le cœur, puis la formule sanguine, puis la résistance de l'individu, sa capacité d'action, ses possibilités de travail. Cet individu entre dans la maladie et peut-être ne saura-t-il jamais en sortir.

A ce moment, à tout bien examiner, peut-être sera-t-il possible de révéler, dans l'état de l'individu, un déséquilibre de son psychisme, chez un être qui, pour n'être point véritablement dérouté dans son esprit d'analyse, de compréhension et de décision, n'est pas quand même en pleine possession de ses facultés ? Ces facultés relèvent de la raison. Si la raison déraisonne, on raisonne mal, que devient le jugement ? Peut-on dire que les actes de l'organisme physiologique qui soi-disant se font en dehors de notre volonté sont absolument étrangers à notre volonté ? J'affirme que non ; il y a entre les complexes psychologiques et le fonctionnement organique un rapport étroit, intime ; tout ce subconscient physiologique est nettement influencé par le conscient psychologique. Sans parler davantage d'expériences physiologiques permettant de relever les modifications du tracé du pouls, après l'injection de certaines substances chimiques, il n'est rien de plus facile que de faire un rapprochement et de se rappeler les phénomènes d'accélération du pouls, d'anorexie, de sécheresse de la bouche, de pollakiurie que donne l'accomplissement de certains actes vitaux, s'accompagnant d'appréhension, en même temps que l'organisme éprouve une sensation de malaise général, d'amoindrissement, de paralysie partielle mais réelle.

Par contre, à l'occasion de certains actes heureux, il apparaît en nous une sensation de bien-être, d'ivresse, s'accompagnant aussi d'une accélération nette des mouvements circulatoires.

Pas de doute : dans ces exemples fréquents de la vie courante, un complexe psychologique, crainte, joie, modifie nettement le fonctionnement physiologique de notre organisme.

Sous quelles impulsions, par quelle intervention ? Il semble bien que le système vago-sympathique soit là nettement influencé.

Le pneumogastrique, dans le premier cas, semble inhibé, c'est le sympathique qui agit.

Dans le second cas, le sympathique semble excité.

On pourrait dire que la crainte inhibe le pneumogastrique, que la joie excite le sympathique.

Telle serait une formule psycho-physiologique qui serait à la base de nombreux faits et gestes de la vie courante, intervenant nettement pour modifier le fonctionnement de nos divers organes.

Je ne veux pas dire que toute lésion organique peut être conditionnée par un mauvais fonctionnement du psychisme, mais j'affirme que *le fonctionnement du psychisme influence nettement le fonctionnement organique.*

Il y a là dans le cortex de l'individu toute une zone mystérieuse où s'élabore je ne sais quelle intensité d'influx nerveux qui a une nette répercussion sur tout le physicochimisme de l'individu, accélérant les échanges, les faisant plus complets, accélérant le fonctionnement de ces organes dans le temps, dans l'intensité, dans la perfectibilité, amenant presque du Bien au Mieux.

Que dire de ces maladies par ralentissement de la nutrition ? Par quels facteurs psychologiques sont-elles influencées, conditionnées ? Dans la plupart des cas, il semble que l'on puisse accuser un mauvais fonctionnement des glandes endocrines et ces glandes endocrines paraissent nettement en corrélation directe avec l'influx nerveux accumulé dans les cellules du cortex.

Que la circulation cérébrale soit plus intense, que l'acte

de penser d'une façon plus active déclanche une hypercirculation au niveau du cortex, cette cellule grise (dont la caractéristique est de penser), entre en action.

Tout un flux se propage de cellule à cellule, déterminant ce processus de l'élaboration de l'idée qui n'est pas sans provoquer dans l'organisme une excitation salubre, influençant d'une façon favorable tout ce système de la vie neuro-végétative. Il y a dans cet effort véritable, dans cet appel de l'intelligence, une multiplicité d'échanges, à points de départ nombreux, qui font vibrer tout l'être, qui lui donne cette impression de joie, d'ivresse, de contentement de soi-même.

Mais l'être qui se laisse aller, qui ne demande pas effort à sa cellule intelligente, qui ne donne pas à son corps les vibrations dont son esprit a l'initiative, s'enlise, s'empâte, s'engraisse. Même dans l'activité corporelle, il y a tout un processus de pensée disciplinée dans ce sens, banal peut-être mais réel.

Les sportifs diront que, pour accomplir tel acte ou tel autre, course, saut, jeux d'adresse nécessitant un effort où l'attention soutenue s'allie au jeu du muscle, il faut un effort cérébral et que parfois le muscle s'arrête impuissant parce que l'influx nerveux opérant s'arrête.

Donc, dans tout acte de la vie courante, à moins qu'il ne soit vraiment machinal et tout à fait inconscient, il y a une part raisonnée du conscient pour le plus grand bien d'ailleurs du fonctionnement général.

Quant l'être en arrive à ne plus penser, il n'y a pas modification apparente de son organisation corporelle, il vit comme un animal. Mais l'acte de la pensée active véritablement les échanges. Il faut distinguer la pensée machinale et le véritable effort intellectuel où l'esprit cherche résolument une solution à un problème nettement posé. Cette différence est tellement manifeste qu'une lecture mal suivie endort, produisant plutôt l'inhibition, l'ar-

rêt de la circulation cérébrale; mais une lecture attentive, suivie, comprise, intéressante, produit une excitation intellectuelle; la solution d'un problème entraîne la nuit une activité cérébrale réelle par suite d'une circulation plus intense dans les centres nerveux. La cellule nerveuse a pourtant besoin de repos et il faut savoir lui en donner. Cependant le travail agréable ne semble point fatiguer, il y a un entraînement véritable, une fatigue moindre, un besoin presque de parfaire la tâche entreprise. Ce qui fatigue, c'est le travail qui n'est pas exécuté avec bonne humeur. Et pourquoi? Il n'y a pas cette auto-excitation qui est comme le tonique merveilleux de l'organisme. Si la vie pouvait ainsi s'accomplir, si l'on pouvait rendre tous les actes de cette vie agréables, l'existence ne serait qu'un enchantement ou une suite d'enchantements. Voilà un progrès : arriver à rendre tous les actes de la vie agréables; eux seuls exigent le minimum d'efforts et produisent le maximum de rendement. C'est presque l'huile indispensable qui facilite les mouvements, rendant les rouages plus doux; c'est la sagesse qui ne s'apprend qu'en vivant, en comprenant la vie, en la disciplinant, en se disciplinant soi-même, en supprimant les actes inutiles, en n'accordant aux diverses manifestations de l'existence que l'importance qu'elles méritent, en sachant bien voir le côté heureux des choses, en acceptant de gaieté de cœur les événements, en les comprenant pour en modifier le cours à son avantage.

Prendre le bon côté des choses, quelle sérénité, quelle économie de temps, de force, quel bien-être ! Mais pour cela, il ne faut pas de fausse route, il faut une bonne éducation-base, il faut une bonne compréhension, il faut de la bonne humeur. Savoir être gai, c'est là encore toute une éducation. Il est bien certain que, pour réaliser ce programme de vie, il faut une ligne de conduite, il faut un idéal, il faut un criterium auquel il convient de rapporter

toutes ses actions. C'est ce qui crée l'unité, c'est ce qui coordonne l'existence et en fait un tout harmonieux. C'est là tout le programme de l'optimisme qui est fait de confiance et de foi raisonnée. Devant lui, la crainte du lendemain s'enfuit, toutes les phobies se désagrègent. Il fait les visages souriants, facilite les rapports sociaux, appelle les relations amicales, dicte les manifestations d'Amour.

Sinon l'individu se perd dans les détails, il se rend l'existence difficile, il complique tous les actes, il ne peut y suffire, il atrophie son être pensant, car il le prive du meilleur stimulant qui est la satisfaction du devoir gaie-ment et vaillamment accompli.

Dans cette lutte de l'individu contre la maladie, on peut dire que cet état d'instabilité est conditionné d'abord par certaines manifestations d'ordre fonctionnel qui ne passent pas inaperçues. Ces signes fonctionnels ne tardent pas à s'accompagner de signes généraux qui trahissent déjà une répercussion du mauvais fonctionnement initial d'un des organes sur les autres organes. Cette période de troubles fonctionnels et généraux peut durer assez longtemps. L'individu s'y habitue, il vit avec son mal; cependant, le mal continue d'évoluer sournoisement et le patient, quoique s'habituant, ne vit plus dans un état de quiétude salulaire. Il travaille souvent avec effort et il se surmène. Nul doute qu'à ce moment les différents organes ne fonctionnant plus à plein rendement, d'une part n'apportent pas au sang les éléments nécessaires pour le régénérer, et d'autre part ne le débarrassent pas des éléments nocifs, déchets de la vie cellulaire. Ces éléments nocifs vont surtout aller impressionner les cellules nerveuses particulièrement sensibles, et rapidement ils paralyseront ou altéreront leur fonctionnement. Alors les signes fonctionnels iront encore en augmentant.

Ces troubles fonctionnels s'accompagnant d'une véritable intoxication lente de l'organisme, d'une diminution de ses

réactions, iront ainsi jusqu'au jour où apparaîtront nettement des signes plus sérieux de véritable lésion constituée.

Pourra-t-on alors faire rétrocéder le mal; les centres trophiques profondément intoxiqués pourront-ils se régénérer? Quand une lésion est vraiment constituée, quels sont les remèdes efficaces?

La chirurgie, parfois, offre toutes ses ressources ingénieuses. Mais que peut-on vraiment? Les expédients sont peut-être nombreux, la thérapeutique s'ingénie à essayer un à un les moyens en son pouvoir. Malheur à celui qui attend la lésion constituée pour y prendre garde.

Incontestablement, l'état de maladie vient, insidieusement, lentement, s'installer dans notre organisme. Il faut savoir intervenir à temps. Pendant toute cette longue période de troubles fonctionnels, il faudra savoir instituer une vie plus hygiénique.

D'ailleurs, c'est bien la ressource précieuse et salutaire qu'offrent les stations thermales. Là, dans un site en général pittoresque, attrayant, où les charmes de la nature allient la variété de leurs contours aux propriétés bien-faisantes de leurs eaux, les surmenés modernes trouvent l'abri réparateur. Ils y subissent la cure de désintoxication qui s'impose; les riants accidents de terrain créent dans leur esprit des obstacles salutaires à leurs idées précipitées, parfois mal coordonnées ou trop impérieuses. Ce changement les oblige presque à un renouvellement; ils ont tendance à oublier que la Nature a voulu que tout ce qui vit participe chaque année au nouveau et, dans ces sites aux ondes revivifiantes, elle donne à ceux qui ont oublié ses conseils et ses enseignements l'hospitalité bien-faisante, recueillante, stimulante.

Et puis, le contact quotidien avec le médecin qui est doué d'un tact particulier et d'une fine compréhension de son malade est l'occasion de conversations renouvelées où, dans le secret des confidences, se laisse trahir, discerner

quelques défauts de jugement, quelques abus de diverses sortes, quelque tendance à donner à certaines passions un aliment trop substantiel. Ce peut être l'occasion d'un retour sur soi-même, d'une compréhension plus grande de fautes accomplies ou d'écarts préjudiciables. C'est le moment de rentrer en soi et de prendre les résolutions que comporte un examen approfondi. Là, nous voyons associés pour le plus grand bien de l'organisme trois éléments : l'absorption d'une eau spéciale, le repos au contact de la Nature, le contact avec un médecin psychologue. Il est incontestable que, dans nombre de cas pathologiques, cette cure d'une durée moyenne de trois semaines donne d'excellents résultats et que des organismes reviennent complètement transformés. Il serait difficile de vouloir indiquer quel fut véritablement l'agent curateur.

L'eau contenant en petite quantité, sous des formes sans doute particulièrement actives, certains principes toniques intervient peut-être à la manière d'élément catalyseur pour provoquer dans l'organisme le déclenchement favorable.

Le changement de vie, le cadre nouveau, un air plus oxygéné, plus pur, une existence plus simple, le Repos aussi, jouent leur influence.

Et puis, tous ces malades en quête de pronostics, d'explications, de compréhension de leur état, trouvent en la personne du médecin de ville d'eau un être adapté à ce genre de clientèle. Cet artiste dans l'art de guérir sait, selon la phrase de Corvisart, « lire profondément dans la pensée de ses malades ». Il sait trouver le mot qui frappe, l'expression incisive qui capte la confiance, la douceur du verbe alliée à la conviction du geste sont de précieux moyens. Tous ces êtres aux fonctions vitales troublées sont devenus des anxieux, des phobiques, de petits nerveux, et, sans vouloir faire un rapprochement avec les phénomènes vésaniques de l'urémie nerveuse constituée,

tous ces intoxiqués légers, tous ces urémiques partiels, en marche vers une intoxication plus profonde, sont devenus des instables, des êtres présentant une nette modification de leur équilibre émotionnel. Et il faut tenir compte de cette mentalité. Ces êtres sensibles ont des réactions plus vives, difficilement compréhensives. Il ne faut pas les heurter, il faut les aider dans le retour à une vie cérébrale plus normale, il faut les engager dans la voie des saines pensées, il faut presque redresser certaines fautes de jugement, calmer leurs angoisses, leur rendre le calme réparateur, mettre pour ainsi dire leur cerveau au repos absolu pour que dans l'apaisement de leurs sens ils puissent d'eux-mêmes prendre de nouvelles directives, améliorant simultanément le fonctionnement défectueux de leur organisme physiologique.

Ces êtres sont devenus des imaginatifs, l'imagination hypertrophiée est devenue chez eux « la folle du logis ». Ils sont alors les esclaves serviles de cette folle, de cette hydre aux nombreuses tentacules, et cette imagination les entraîne, Dieu sait où, sur une pente fatale où la Raison ne raisonne plus. Toutes les impressions sont l'occasion de nouvelles émotions, et, d'émotions en émotions, ils arrivent à l'épuisement nerveux. Ils ont oublié les vérités premières; leurs aptitudes sont véritablement atrophiées : plus de bon sens, plus de jugement, plus de notion exacte du sens du bien ou du mal; ils subissent alors certaines persécutions, parfois d'ordre religieux ou d'ordre mystique. C'est la perversion de toutes les aptitudes de leur esprit; *leur intelligence est alors la proie de cette imagination vagabonde*. Elle n'existe plus.

Il faut donc ramener à de sages proportions le rôle dévolu normalement à chacune de nos aptitudes, l'hypertrophie de l'une ayant anéanti les autres. Ce sera souvent tâche longue, difficile, qui ne sera plus du ressort du médecin de ville d'eau, ou alors il continuera l'hiver, dans

un autre climat, son influence psychothérapique curative.

Point de doute, le contact de la Nature doit jouer sa part, l'eau radioactive devenue vecteur de toutes les impuretés, aura débarrassé l'organisme d'une partie notable de ses déchets de combustion incomplète. *Il restera à rendre à ces individus désintoxiqués en partie dans leurs organes, la souplesse, la précision, l'action de leur intelligence, l'être pouvant aussi bien employer son intelligence à vivre qu'à se détruire.*

Là, dans cette lutte contre la maladie de l'organisme intoxiqué par manque d'hygiène alimentaire ou d'hygiène générale, par travail disproportionné avec les possibilités de l'être, par toutes les fautes de l'ambition, de l'orgueil, de la luxure, il y a diminution nette de l'effort possible et du rendement. C'est souvent la constatation de ces deux conséquences qui sont l'occasion d'un examen minutieux. Si l'individu veut quand même, malgré une diminution nette de son pouvoir de travail, persévérer, il arrive rapidement à une intoxication plus profonde qui peut être le terrain préparé pour l'éclosion de toute maladie infectieuse à marche plus ou moins rapide.

N'est-ce pas le stade prémonitoire de l'infection tuberculeuse chez ces sujets amaigris, au regard qui étonne, vague ou perçant, présentant un ensemble de phénomènes subjectifs ou objectifs qui décèlent une lutte à armes inégales. Ils sont certes dans de mauvaises conditions vitales, et il devient nécessaire de les conduire dans un autre milieu où le repos leur sera salulaire, dans une région à altitude moyenne.

Là, comme dans les villes d'eau, ces sujets plus profondément touchés bénéficieront d'un air plus pur ; les échanges respiratoires se feront plus complets, l'air étant partiellement raréfié. Mais, dans l'ensemble, même hygiène repos dans un calme réparateur (où il existe le minimum d'impressions sensorielles), une alimentation étudiée, co-

pieuse sans excès, et du calme surtout dans un site pittoresque et grandiose. Ici, le médecin doit jouer aussi un rôle considérable. Une lutte à longue échéance commence entre l'être et le microbe qui a trouvé un terrain favorable à son développement. Dans ces établissements où l'hygiène physique est pleinement réalisée, il faut que l'hygiène morale ne soit pas négligée. C'est sûrement d'une continuité dans l'effort que dépend la guérison. Le médecin lutte avec le patient; il l'aide à supporter la lutte; il le dirige, le conseille; il le suit; il arme sa volonté persévérante et tenace, il développe en lui le courage et la confiance dans la guérison. Il faut dans ce cas un seul chef, un seul maître, conseiller, ami, mais qui s'impose, qui suive l'évolution et la transforme, et la guide comme par enchantement. Mais ce n'est qu'un enchantement voulu et raisonné vers le but à atteindre. Il faut une étroite collaboration, une cohésion morale du patient et du médecin. L'un accepte la souffrance qu'il sent partagée, l'autre en prend pour lui délibérément une partie pour atténuer d'autant celle du patient, pour qu'elle soit mieux supportée et plus facilement vaincue.

Dans tous ces états de moindre résistance de l'organisme, on peut remarquer qu'il y a collaboration étroite du médecin et de son malade, et l'on peut dire que le médecin intervient pour rendre à un organisme plus sensible une compréhension plus exacte des phénomènes subjectifs. Le malade ne se sent pas seul (dans la faiblesse, même temporaire, la solitude est pénible); quelqu'un se met à son niveau et reçoit amicalement ses doléances, mais c'est pour mieux lui aider à retrouver la Voie Naturelle. Et souvent il se rendra compte qu'ayant oublié ou méconnu les règles base de la Vie, il a été victime de son ignorance, de son incompréhension ou de sa négligence; plus éclairé pour comprendre, il ira vers la guérison pour mieux vivre.

L'ÉDUCATION ET LE MÉDECIN

Depuis longtemps, cet aphorisme a, en médecine pratique, conquis droit de cité. « Il n'y a pas de maladie, il n'y a que des malades. »

Les cadres nosographiques assignent aux maladies certains symptômes bien déterminés, mais ces symptômes ne peuvent avoir des caractères immuables, parfaitement définis. Ils n'ont pas ce caractère presque impérieux des phénomènes physiques : les lois biologiques sont des lois complexes qui ne peuvent être nettement énoncées. L'être humain a des réactions multiples souvent inconscientes, et on ne peut constamment se livrer à l'étude et à l'analyse de ses diverses impressions.

Il n'en est pas moins vrai qu'il devrait, pour rester dans un état d'équilibre aussi parfait que possible, observer fidèlement certaines règles qui sont à la base même de la vie individuelle et commune. Ces règles s'adressent à l'esprit et au corps, plus ou moins énoncées dans les livres d'Hygiène. Ayant des principes généraux immuables, elles varient quand même dans leur application d'un individu à l'autre. Elles gravitent toutes autour de l'accomplissement de deux instincts : celui de la conservation, celui de la reproduction. Voilà pour l'être physiologique. Mais l'être psychologique, lui, a des besoins réglés par les aptitudes de son esprit, et ces deux êtres réunis en un tout harmonieux évoluent parallèlement, sacrifiant parfois l'un à l'autre, mais unis quand même d'un lien tellement étroit que si l'un s'altère l'autre ne peut être

indemne, que si l'un augmente ses appétits, l'autre en subit un amoindrissement proportionnel.

Il y a entre eux des rapports d'une intimité étroite et absolue qui ne peut échapper à un psychologue averti, et pour être guérisseur du corps, le médecin ne peut abandonner à d'autres le soin de guider, de conseiller, d'affermir l'Esprit s'il vient à faiblir à sa tâche.

Le médecin prend l'enfant à son berceau. Il en connaît les ascendants, il connaît leurs imperfections organiques, leur bilan pathologique, il l'a nettement examiné et apprécié. Là commence on peut dire ce contact intime de l'individu et du médecin; là s'organise la confiance qui fait de l'un le protecteur de l'autre. Si le père assure la vie matérielle, le médecin assume la responsabilité de l'aide amicale et affectueuse aux moments de moindre résistance, à la mère incombe l'éducation, et déjà on peut s'élever contre certaine pratique malveillante, certains abus de langage que des parents peu compréhensifs emploient à l'égard du médecin; ils effraient le petit voulant calmer leurs inquiétudes; ils évoquent dans son imagination l'idée de fantôme, de croque-mitaine et l'enfant associant dans une même pensée l'état de maladie et la personne du médecin ne voit en lui qu'un être malfaisant et néfaste. Serait-ce déjà là l'indice d'une éducation qui commence à se vicier? Non, ce n'est pas le rôle qui incombe à l'ami qui se penche sur le lit du tout petit pour constater, deviner et prédire, pour l'aider et le secourir. La figure grave du praticien doit savoir se défendre; penché sur le berceau de l'enfant, il ne faut que caresses et joies. *Debetur puero maxima reverentia.* (Juvenal.)

Pendant toute la première enfance, l'individu ne doit-il pas se faire une santé, un corps robuste et résistant; parents et médecins ne doivent-ils pas collaborer étroitement dans ce but? Là commence toute cette longue éducation qui doit mener l'être humain dans la voie du bien;

il faut fortifier en lui sa puissance physique et il faut le guider dans le sens des bonnes habitudes qui feront rapidement partie intégrante de son propre organisme. L'éducation devient donc la conduite, l'acheminement de l'individu vers la perfection morale. Elle agit par douceur, persuasion, compréhension; elle a pour moyen le conseil, elle ignore la manière forte, ne connaît pas l'ordre brutal, impératif; elle a pour base *l'Amour*.

L'hygiène alimentaire intervient au premier chef; il faut surveiller activement les fonctions intestinales, instituer une alimentation simple, saine, raisonnée. Le grand air sera largement donné, les différentes pratiques de la balnéation seront régulièrement accomplies.

Peu à peu, l'être grandira; ses diverses aptitudes commenceront une à une à se manifester; elles s'adresseront surtout aux notions de Bien et de Mal et à la connaissance des choses qui éveillent son bon sens. Dès maintenant, son être psychologique s'affirme dans le développement de ses aptitudes premières : la notion de Justice dans ses rapports avec les personnes qui l'environnent; la notion de bon sens dans l'observation des objets familiers, observation constamment aiguillonnée par la curiosité.

L'enfant égoïste dans ses premières années, alors que son corps ne demande que nourriture et exercice musculaire, devient rapidement un être affectueux chez qui le sens du Juste se développe précocement, tant l'idée de Justice est en lui profondément enracinée.

Ce sens de la Justice, il faut le respecter, le développer; de lui dépend l'être moral; il faut, dès ce moment, profiter des divers actes de la vie pour rapporter à ce sens les diverses conduites. C'est le point de départ de la Conception du Devoir; devoirs d'autant plus faciles à accomplir qu'ils seront plus judicieusement ancrés dans l'esprit de l'individu jeune.

Cette évolution de l'être moral se fera peu à peu,

chaque jour davantage. Vivant au milieu de la famille, l'enfant est le témoin journalier de cette existence; son esprit s'en imprègne. Il est pour ainsi dire le réactif de ce milieu. Quoi d'étonnant que les inégalités de caractère de deux conjoints aient sur lui les plus fâcheuses répercussions? Si pareil état de choses s'installe au foyer, il ressent nettement ce manque d'harmonie, de continuité d'humeur. La bonne humeur disparaissant, les visages moroses voient fuir la gaieté; l'enfant dont la vie à cet âge n'est qu'éclat de rire perd peu à peu cet élan vital. Il ne sent plus cette sécurité bienveillante qui est pour lui le moelleux oreiller où il aime reposer sa tête caressante.

L'amour familial ne connaît pas ces querelles, lui seul est le soutien véritable, l'animateur des rapports qui unissent les parents aux enfants. Le droit d'autorité devient ainsi le doux sentiment de respect et de reconnaissance du plus faible à l'égard du plus fort; celui qui vous a précédé dans l'existence vous trace judicieusement la voie, s'efforçant de connaître vos imperfections et assistant chaque jour à l'éclosion de vos aptitudes. Ces aptitudes naturelles ne seront jamais trop étudiées ni respectées : les éducateurs doivent tous y faire converger leurs efforts.

Cette longue période de l'adolescence qui va de la première enfance, l'âge de sept ans, jusqu'à l'âge adulte, vers vingt-cinq ans, où le développement physique est atteint, assistera à l'évolution de l'être psychologique.

A cet âge, l'individu ayant atteint son complet développement devra être apte à se diriger lui-même, connaissant aussi exactement qu'il convient ses possibilités et ses imperfections. Ce sera là tout le but de l'éducation d'avoir rendu l'être humain un être aussi parfait que possible, ayant compris le sens de la vie, sachant penser, sachant raisonner ses actes à la lumière de son bon sens qui n'aura pas été déformé.

Il est fréquent d'entendre dire que les individus ont subi

une déformation professionnelle. Est-ce à l'honneur de la profession ou au déshonneur de celui qui n'a pas su rester dans le juste milieu entre les obligations que lui impose l'exercice de sa charge et la ligne de conduite qui incombe à tout être pénétré des nobles sentiments de liberté, de travail et d'amour, sentiments primordiaux qui sont la caractéristique même de l'esprit humain ? C'est au nom de ces sentiments-principes et par eux que l'éducation aura dû être réalisée.

Le médecin peut-il rester étranger à ces phases successives de l'éducation ? Son devoir est d'éviter à l'enfant le surmenage, la fatigue, et cela d'autant plus que les examens du premier âge auront décélé une nature fragile, délicate, peu armée pour la lutte. Il faudra, dans ce cas, être prudent et s'opposer, pendant le temps nécessaire, à la promiscuité néfaste créée par la vie en commun. Il sera bien difficile au médecin d'éviter les maladies éruptives du premier âge ; mais, en surveillant minutieusement les complications possibles, il pourra empêcher les graves inconvénients ultérieurs. Et alors la seule vraie indication est la vie au grand air, tout en restreignant les fatigues dues aux efforts intellectuels. Le contact de la nature est très salulaire pour l'enfance. Ce n'est que sur ce terrain résistant que pourront plus tard se développer et mûrir les fleurs de rhétorique.

S'opposer au surmenage et inciter au repos dans de bonnes conditions, c'est le rôle du médecin ; prévoir surtout les périodes funestes au moment de la puberté, aider l'enfant à la compréhension des phénomènes naturels et guider ses instincts pour éviter les graves écueils.

Car c'est par le repos au grand air qu'on lutte victorieusement ; il ne faut jamais forcer la Nature. Tendons l'oreille pour en recueillir les voix et en comprendre les secrets. Sachons mettre un terme à certaines habitudes néfastes, ou plutôt sachons empêcher leur apparition. L'or-

ganisme est toujours victime de l'incompréhension; connaissons-en les possibilités, connaissons-en la résistance et le maniement.

L'éducation de l'enfant dans son premier âge appartient à la femme, cet être sensible, délicat et dévoué par excellence. Elle saura inculquer les principes moraux indispensables à l'édification tardive d'une forte personnalité et d'un caractère affirmé. Cet être moral, base de toute société civilisée, a ses profondes racines dans la première enfance, et l'éducation raisonnable de l'adolescence en est la suite logique.

CONFIANCE EN SOI ET JOIE DE VIVRE

La confiance en soi et la joie de vivre sont les leviers psychologiques qui entretiennent chez l'être humain la vitalité nécessaire et indispensable. Serions-nous des malades de la peur ? Nos ancêtres n'avaient peur que d'une chose : que le ciel ne tombe sur leur tête, et nous serions, nous, à ce point dégénérés que tous les actes de la vie deviendraient l'occasion de tourments superflus ? Il n'est pas naturel que les êtres puissent en arriver à appréhender le lendemain, craignant presque la vie qu'ils ont pour mission d'accomplir et de transmettre. S'il en est ainsi, c'est que les conditions qui sont faites aux humains sont vraiment en opposition avec celles auxquelles ils aspirent. L'être aspire à l'indépendance, dans la limite où elle peut être raisonnablement conçue, et au nécessaire à l'entretien matériel du corps. Il aspire aussi au sentiment de calme, de tranquillité qui est fonction de sa réaction psychologique vis-à-vis du milieu.

L'opinion générale influence nettement l'opinion particulière, et pourtant l'une est faite de l'autre. Quels sont donc les individus qui gardent suffisamment de sang-froid pour ne pas subir les réactions, les influences du milieu ? Et si le milieu est en perpétuel devenir, que peut être l'individu qui le conditionne ? Je sais que l'individu naît plus ou moins audacieux, mais il le sera d'autant plus que l'éducation ne sera pas intervenue pour lui donner un juste examen des choses. Sinon, aux époques troublées, les audacieux n'ont plus de frein, plus de limites, et pour

peu qu'ils soient suggestionnés ou qu'ils s'autosuggestionnent, la destinée de l'humanité leur appartient.

La destinée de l'humanité ne peut appartenir à qui que ce soit, elle porte en elle-même sa vie et sa continuité. Mais il n'en est pas moins vrai que les individus se groupent facilement; parfois, ils oublient qu'ils sont facteurs de la destinée humaine et en compromettent la suite logique. C'est que, dans ces conflits d'intérêt, l'idéal est oublié. Et d'ailleurs, chaque fois que la Morale de l'Intérêt se heurte à la Morale Supérieure, les destinées de l'Humanité sont en péril. Certes, l'ordre finit toujours par triompher (la nature n'aime pas le désordre), mais quelles douloureuses impasses, quelle souffrance, que de malaises, que de maladies !

Les événements généraux, les conflits extérieurs ne sont pas sans influencer la santé publique, et cela à longue échéance. La tension nerveuse a une limite; tant qu'elle est entretenue par la confiance, elle ne faiblit pas, le but à atteindre est le seul objectif. Qu'est-ce que la confiance dans ce cas ? C'est la garantie du succès. Tous les efforts convergent, il n'y a pas dispersion, pas division. Mais que cette confiance faiblisse, les effets ne seront pas longs à se faire sentir.

De là, le formidable succès obtenu par certains hommes d'Etat qui, sachant toute la valeur de la confiance qu'il faut inspirer et qu'ils savent inspirer, peuvent rapidement changer la face des choses.

La confiance dans la Vie, c'est la Foi; la confiance dans les destinées de l'Humanité, c'est le premier des aliments, c'est celui dont l'âme ne peut se passer, c'est celui pour lequel le corps lutte sans cesse; c'est celui qui, étant nous-même, fait partie intégrante de notre être psychologique.

A ces moments, les succès obtenus, ces hommes ne les doivent qu'aux sentiments altruistes qu'ils affirment dans

tous leurs actes. Guidés et mus par l'Amour, ils envisagent plus nettement le sort de tous : c'est là l'augure du succès. Quand un individu comprend ainsi son rôle et sa mission, il est sûrement dans le vrai qui s'affirme bientôt dans le triomphe du Juste.

Et si la confiance vient à faiblir, c'est la déchéance morale; c'est l'amoindrissement physique, c'est la porte ouverte aux infiniment petits. Il est facile de comprendre l'importance de certaines épidémies quand elles trouvent un terrain préparé par de longs efforts, incessamment renouvelés, quand l'être psychologique fatigué par l'attente reculée d'un succès est aussi diminué que l'être physiologique privé souvent des aliments les plus indispensables.

La joie de vivre se manifeste lorsque l'être humain, confiant dans sa destinée, peut accomplir librement sa mission. Elle est dans la santé et dans la possession et la satisfaction des besoins moraux, intellectuels et matériels. *Elle est dans le développement harmonieux des aptitudes de l'Esprit et des Facultés de la Raison. Elle est dans la juste compréhension des besoins du corps : nourriture saine, fraîche, suffisamment substantielle, et travail musculaire utile, suffisant; l'un et l'autre agréables et raisonnés. Elle est dans un juste milieu entre la Force et l'Utilisation de la Force; elle est dans l'harmonie de l'intelligence et de l'utilisation de cette intelligence.*

THERAPEUTIQUE ET PSYCHOLOGIE

La vérité thérapeutique est dans je ne sais quoi de tonique que tout être humain porte en lui et qui, sous diverses influences essentiellement psychiques, s'exaltent.

Elles s'exaltent dans le sentiment de liberté, de confiance que tout être humain porte au fond du cœur. Touchez ces cordes sensibles et, comme par un merveilleux déclenchement, les glandes à sécrétion interne interviennent et donnent et rendent à l'individu le pouvoir de lutter victorieusement.

Elles agissent sans nul doute sur notre système naturel de défense, augmentant la phagocytose, provoquant d'une façon toute mystérieuse l'apparition de la lymphocytose, de la polynucléose, des éléments éosinophiles, basophiles, neutrophiles et certains autres éléments déformés, tous éléments transitoires. Quelle est cette lutte ? De quelle nature est-elle ? La biologie pathologique entre là en action.

Au plus profond de notre organisme physiologique, une vie nouvelle apparaît ; la formule sanguine est modifiée, les produits d'élimination sont modifiés dans leur nature et dans leur quantité. Les différents émonctoires fonctionnent différemment, soit plus activement, soit par voie de suppléance.

Quelle est la part qui revient au foie, au rein, à la peau ? Quel est le rôle joué par la moelle, la rate, les organes hématopoïétiques, les ganglions, les organes lymphoïdes, appendice, amygdales et les organes à sécrétion interne : glande pinéale et glande thyroïde, surrénales et testicules ou ovaires ?

Nous sommes là en pleine période de combat. La lutte s'organise. Les ennemis du dehors dont l'apparition a été favorisée par une déchéance progressive ou subite de l'organisme, véritable atavisme morbide à longue échéance ou subit, brutal, sont attaqués avec acharnement par les soldats vigoureux et puissants de l'intérieur.

La lutte sera dure, longue peut-être. Il faut que cette lutte soit progressive, bien menée et, sûrement, pas contrariée. Et surtout gare à la trahison du dehors, comme du dedans !

C'est là le rôle judicieux, consciencieux du médecin instruit, prudent et perspicace. C'est là la Réaction de défense de l'organisme que l'Être suprême a mis dans tout individu. Il a voulu l'homme libre : il semble de plus en plus enchaîné. Il l'a voulu agissant avec son esprit, les tendances modernes en font de plus en plus une machine mal disciplinée ou indisciplinée, ce qui, hélas ! paralyse en lui la noble réaction naturelle.

Cette réaction est fonction de la joie de vivre.

La science appliquée qui se dévoie ainsi méconnaît son but ; elle oublie sa divine mission. Elle ignore la nature même de l'être humain. Elle le discipline jusque dans son inaction psychique et jusque dans sa dépression organique, corporelle.

Mens sana in corpore sano, mais aussi : *Cor sanus in mente sana*. Toutefois, les sujets qui ne sont pas dégénérés prennent foi en eux et dans la médication ordonnée. Si elle n'est pas nocive, *a fortiori*, si elle est active et judicieusement ordonnée et appliquée, les malades trouvent là l'occasion et le pouvoir de déclancher en eux la Défense réactive et victorieuse.

Laissons donc agir la Nature. Ne la contrarions pas par des médications intempestives. Comprendons notre malade et rappelons-nous que la crainte de la maladie est la cause première de cette maladie, et que la crainte de

la Mort est l'augure et la cause seconde de cette Mort.

Il convient ici d'ouvrir une parenthèse sur la question de l'Immunité. Cette question, base de l'équilibre de la santé, est capitale. Quelle est-elle ? De quoi dépend-elle ? Comment pouvons-nous l'acquérir, ou bien tout être sain, bien constitué, ne l'a-t-il pas en lui ? Approfondissons l'immense champ d'action des microbes et celui au moins aussi vaste du terrain. Le microbe est partout, soit ; le terrain aussi, peut-être. Mais le terrain n'est fertile que s'il est préparé consciemment ou inconsciemment. Nous ne voulons pas croire l'être humain assez stupide pour le préparer lui-même, ce qui ne serait qu'un suicide déguisé et l'Esprit dirigeant assez impie pour le conditionner. Et pourtant, ces deux facteurs sont solidaires, étroitement unis : l'oubli des règles primordiales est à la base.

Exaltons donc les moyens de défense et tenons toujours compte de cette notion primordiale que l'Humain est un être libre, qui a donc le choix volontaire du bien opposé au mal, non asservi par nature, qui ne veut et ne peut vouloir l'asservissement créé par les hommes pour les hommes, qu'il veut vivre et propager la vie. Ne lui imposons pas des lois trop sévères, mal étudiées et surtout contraires à sa propre nature.

Sinon vous provoquerez en lui une révolution qui va à l'encontre du but noble que vous vous proposez.

De la révolution individuelle aux révolutions sociales, il n'y a qu'un pas.

Permettons aux humains de choisir des institutions qui n'atrophient pas l'être mais qui lui donnent en dehors du *Panem et Circenses* des Anciens, indispensable aux manifestations des Fonctions de Conservation et de Procréation, le pouvoir de développer son Etre psychologique.

La médecine perspicace doit connaître, approfondir les mystères et agir comme il convient, palliative d'abord

mais curative avant tout. Cette thérapeutique efficace doit connaître la cause première.

La chirurgie ambitieuse fait l'ablation, soit; mais elle ouvre parfois le torrent des larmes.

Soignons le terrain et tout un cortège chirurgical s'amoindrit, s'atrophie, se meurt victime de son propre bistouri. Tous les organes sont nobles et la santé est l'harmonie fonctionnelle de ces organes, harmonie réglée par l'Esprit qui est le Chef, lui-même exécutant docile du formidable et suprême compositeur qui préside à l'Unité et à l'harmonie de l'Univers.

Si la philosophie dans ses études métaphysiques est la base première des religions, la médecine en est la base seconde. Celle-ci formule les règles d'hygiène, variables suivant les races, le climat. Celles-là procèdent toutes des mêmes principes généraux, elles varient seulement dans la forme. Le substratum, l'armature est la même; c'est un isolant formidable qui doit protéger l'Humain des éléments qui sont les maîtres. L'intelligence humaine est parvenue à dominer les éléments physiques. Eole n'est-il pas vaincu? Peut-elle espérer conquérir les éléments psychologiques?

A l'intérieur de cette armature, les Hommes s'agitent, en proie aux luttes constantes qui sont les manifestations mêmes de la Vie. Mais là domine ce premier principe de liberté par le choix volontaire du Bien opposé au Mal, et s'impose le criterium de Justice qui anime et règle la balance dont les plateaux représentent le BIEN et le MAL. Dans un avenir plus ou moins lointain, verrons-nous l'ART et la SCIENCE, l'Art sur un des plateaux de la balance, la Science sur l'autre, et le levier de précision et d'action mû par la PSYCHOLOGIE naturelle, émanation spirituelle directe de l'Esprit supérieur de Justice, de Bonté, de Beauté, d'Ordre, d'Equilibre du CREA-TEUR.

PROPHYLAXIE GÉNÉRALE

Peut-on vraiment conduire l'être humain sur le chemin de la santé et l'y maintenir ? Il doit accomplir sa destinée naturelle, guidé par la lumière qui éclaire tout homme venant du monde, fortifié par une bonne éducation-base. Il vit, il reproduit, il meurt accomplissant ainsi les diverses phases de la vie de tous les êtres vivants.

Pour l'être pensant, il est des directives morales, il doit les suivre; elles font partie intégrante de son unité psychologique que l'on ne saurait raisonnablement et scientifiquement nier et que l'on ne peut socialement méconnaître. Oui, on pourrait la nier chez des individus dressés à cet usage; mais chez l'être naturel, il est impossible de ne pas en tenir compte. Tôt où tard, la nature réclame ses droits; elle avertit l'être par les crises morales pour l'engager à trouver la bonne route; elle donne presque les premiers signes de la maladie, ce qui n'est que conseil amical, mais conseil impérieux pour qui sait comprendre. Sinon, gare au désordre, à la maladie constituée.

On ne saurait trop insister sur toute l'importance des circonstances qui accompagnent l'acte de la procréation et sur la valeur du produit qui résulte de la conjugaison du gamète mâle et du gamète femelle. Peut-on au hasard des intérêts unir deux êtres pour la perpétuation de la race ? Y a-t-il raison majeure à ce que la race reste pure et le mélange des races n'est-il pas à la base de nombre d'états pathologiques, de tares constantes ? Que dire du

métissage, pour employer l'expression du Dr Bérillon, de ces produits de race différente, souvent mal équilibrés, ils ont besoin de s'étourdir. Ils ne sont pas maîtres d'eux; plusieurs mentalités s'imposent en eux; plusieurs voix parlent. Ces voix, ce sont les voix de leurs ancêtres, ennemis peut-être, et cette lutte est maintenant transposée en eux-mêmes. Ils sont tout à la fois les adversaires et le champ de bataille. Quelle lutte ingrate ! Il faut que les adversaires psychologiques anéantis meurent sur place et que de leurs débris naisse une mentalité nouvelle, plus adaptée aux exigences de la vie. Bien souvent, il n'y a pas dans l'organisme physiologique la résistance suffisante pour entretenir un combat moral aussi prolongé, et encore moins les aptitudes nécessaires pour rétablir dans l'esprit nouveau les vérités premières.

Et puis, quelle est la descendance de ces individus ? Hélas ! pis encore que leurs descendants, ils se préparent des luttes auxquelles ils succomberont. Le néant est leur sort, leur destinée est de disparaître.

La vie, pour être une partie de plaisir, n'est-elle pas conditionnée avant tout par la valeur du plaisir initial ? Qui est-ce qui peut réglementer l'instinct sexuel ? Qui est-ce qui peut le conduire vers la réalisation du bien ? Les êtres sont libres de s'unir comme il leur convient, mais nombre d'unions portent en elles tous les vices dont l'existence à venir ne sera qu'une manifestation d'accidents successifs. L'être humain est libre de mal faire, soit ; mais il en sera victime. Est-ce là une vraie liberté ? La liberté est dans le choix volontaire, éclairé par une bonne éducation, d'actions psychologiques qui ne pourront que lui donner le bonheur auquel il aspire tant. Etre libre de mal faire, c'est le pire des maux, c'est la plus terrible des servitudes ; esclavage inconscient par manque d'éducation et de compréhension. Etre sur la voie du Bien et l'accomplir, quel progrès dans l'ordre moral et social !

Voilà la civilisation qui doit bannir toutes les erreurs, tous les préjugés, toutes les superstitions; anéantir le doute, pénétrer le mystère pour connaître la Vérité et la répandre; qu'elle soit connue pour être librement appliquée.

Il y a dans l'accomplissement de l'acte de la procréation nombre de problèmes à élucider. Que peuvent être les produits de nerveux, d'arthritiques invétérés, de tuberculeux manifestes, de syphilitiques avérés, et, hélas ! par une excitation malade nombre d'entre eux sont plus portés que les individus sains vers l'acte charnel.

Il est certain que les éléments reproducteurs sont très fragiles et que leur valeur est fonction du degré psychologique et physiologique de qui les élabore. Ils portent pour ainsi dire en eux les caractéristiques de l'état de santé du moment, d'où l'importance de ne procréer que dans des conditions bien déterminées, quand l'être, qui se doit connaître, présente, si l'on peut dire, le maximum d'énergie vitale et de sérénité morale.

Et puis, toute la période de la grossesse n'a-t-elle pas son importance ? Il convient que la vie matérielle soit pleinement assurée et les soucis bannis de l'existence. La femme, concentrée sur toute la Vie qu'elle porte en elle, ne doit vivre que pour elle, honorée de tous, respectée et choyée.

A ce produit qui naîtra dans les meilleures conditions possibles, tous les soins continuels et minutieux dont la femme est capable seront donnés dans un élan d'amour maternel dévoué et raisonné. Par l'éducation, les principes primordiaux et base seront ensuite inculqués à l'enfant, éducation faite du respect des autres et de soi-même, en insistant pour la femme sur l'importance sacrée qu'elle doit à sa dignité, elle qui, par nature, n'est que bonté, grâce, dévouement et fermeté.

Les maladies seront plutôt évitées par l'abstention

d'actes qu'il convient à tout prix de ne pas accomplir; les fautes commises portent en elles le châtiment : l'éducation doit en détourner.

L'hygiène mentale a donc toute son importance : elle indique la nature et la conséquence de la faute, la valeur de l'être et son maniement. Elle lui fait comprendre que les aptitudes sont d'autant plus fragiles qu'elles sont plus sensibles; elle lui apprend à les développer et lui impose toute l'importance de la Pensée et du culte qu'on lui doit.

Elle le détourne des pensées toxiques, véritable poison agissant à longue échéance, détruisant systématiquement la cellule grise. Elle l'exhorte à bien penser, elle le détourne du surmenage nerveux et des excitations nocives; elle lui fait toucher du doigt que savoir n'est pas penser pour qu'il développe ses forces de compréhension et son champ d'action volontaire. Ainsi, partout où il sera, quelles que soient les exigences de la vie, l'être ne sera pas seul : sa pensée le guidera et le dirigera.

Un être ainsi trempé offrira une prise plus difficile aux microbes; il ne connaîtra pas les états de moindre résistance, il ne sera pas surpris par les infiniment petits; toujours actif et volontaire, puisque libre, il ira sans rien craindre vers un meilleur devenir.

Pour conclure, nous dirons que l'être physiologique c'est la masse, l'être sensible c'est le réactif; l'être psychologique c'est l'être d'action amenant des réactions qui ne peuvent être stables que dans l'équilibre parfait. Au culte de la Force, au culte du Beau, substituons le culte du Juste qui n'exclut pas les vérités de l'une et de l'autre, car il les contient : il n'y a de beauté et de force que dans l'équilibre stable, parfait, absolu, seul domaine de la Justice infinie.

LA VIE A LA CAMPAGNE

Cette santé indispensable aux fonctions mêmes de la vie, aux manifestations de cette vie où pouvons-nous l'acquérir, où pouvons-nous la retrouver, où pouvons-nous la donner ?

A la campagne, dans le cadre salubre de la Nature, l'organisme humain retrouve son équilibre, il le conserve, il étend son action et la multiplie.

Là, l'air est pur, les promenades à travers champs sont faciles, elles sont spontanées. Le soleil est ardent ; l'héliothérapie est facile, le calme est réparateur.

Après quelques jours de déséquilibre passager, l'organisme s'adapte d'une façon complète. La joie de vivre se manifeste : l'horizon immense donne à l'individu la plénitude de ses moyens.

Et pourtant, dans ce cadre de vie simple, l'atmosphère est riche d'observations et de sensations. L'intelligence trouve mille moyens de s'activer quand le besoin se fait sentir.

Cette hypnose, cette détente, cet abandon de soi-même, base de toute thérapeutique psychothérapique, se réalise devant le rideau de verdure varié à l'infini qui borde l'horizon d'un petit village. Il n'y a rien de plus reposant pour l'esprit que de laisser le regard s'appesantir sur ces tableaux que toute campagne offre à celui qui veut bien comprendre, se laisser aller, se laisser détendre.

Là, au contact de la nature, l'esprit retrouve vite, de lui-même, les vérités premières. Elles s'exhalent de cette

vie rurale, témoignage vivant de travail, de liberté et d'amour. Il faut comprendre la voix de la terre qui ne demande qu'à être ensemencée pour produire, et qui sera d'autant plus bienveillante qu'on l'aura été davantage pour elle. Pas de limite au regard, sinon dans le lointain; la pensée active conquiert sa puissance et, au souffle de liberté qui passe sur la plaine, elle met son âme à l'unisson. Et les longues courses dans la proche forêt où l'air est plus pur encore, où, comme isolé davantage, on peut se mieux recueillir pour comprendre aussi toute la vie de cette végétation active et durable. Quel symbole d'amour et d'entr'aide ! les chênes séculaires, sous leurs hautes frondaisons, donnent abri aux taillis plus modestes. Et puis, le long de la rivière, ce sont les longues flâneries où la pensée se laisse aller au fil de l'eau. Aux oisifs qui se reposent, se recueillent, recouvrent la santé, la chaise-longue, la chasse, la pêche; aux actifs, fixés à demeure, la vie rurale, la vie du campagnard.

Fortunatos nimium sua si bona novent Agricolas. Que cette génération qui doit se ressaisir, acquérir la santé pour la transmettre, commente en elle-même cette sage parole de Virgile.

Loin de l'agitation futile et prenante des villes, loin des plaisirs fallacieux, loin des spéculations bancaires, l'homme peut vivre heureux, maître de lui, maître de sa destinée. Il contribue activement à nourrir ses contemporains, il se livre ainsi aux plus beaux actes de l'altruisme et, heureux de lui, il peut vivre pour les autres, les plaindre si besoin est et leur venir en aide.

Peuple de France, peuple de paysans, connais ta force, goûte-la et sois-en fier. Ne te laisse pas aller à l'attrait trompeur des Maîtres de Forges. Ne te laisse pas influencer par les cheminées démoniaques des usines immenses vomissant le feu et la suie, comme si des entrailles de la terre de nombreux volcans s'étaient petit à petit rallumés.

Tu es, toi, la clef de voûte de l'édifice social et à ce titre, tu es récompensé dans ta santé qui rarement s'altère; plains les agglomérations des villes et ouvre-leur ton foyer.

Tu es poète, créateur, artiste inconsciemment, tu es du nombre des élus.

Cette santé, conserve-la à tes descendants; ils vivront, comme toi, simples et heureux. Ils ne connaîtront pas le surmenage criminel des villes, leurs passions ne seront pas funestement aiguillonnées. La beauté factice du théâtre, ils auront mieux, comme toi, quand, parcourant leurs champs, leur regard pourra toujours se perdre à l'horizon reposant, et, dans la paix du soir, le prophétique Angelus leur dira les mystères toujours émouvants de la Création. Ils laisseront aux savants des villes le soin de les approfondir, mais leur âme simple, toute de bon sens, goûtera profondément les joies du foyer.

CONCLUSIONS

Dans ce mémoire, j'ai voulu mettre en valeur toute l'importance qu'exerce l'Hygiène mentale sur la continuité, sur la conquête même de la santé.

La Santé qui se manifeste par le fonctionnement harmonieux des organes dépend de l'observation formelle de ces règles d'Hygiène s'adressant à l'Esprit et au Corps.

Le Médecin intervient pour faire comprendre à l'individu ses fautes, pour le secourir, et pour le mettre sur la Voie naturelle quand il en est sorti.

L'Education-base a une énorme importance. Elle incombe à la femme; elle peut, mieux que quiconque, inculquer à l'enfant les règles primordiales. Par la patience, par les qualités de cœur dont elle est douée, elle saura mener à bien cette tâche de longue haleine qui a pour base l'Amour de la Liberté, l'Amour du Travail, l'Amour de nos Semblables.

Les Facultés de l'Intelligence trouveront ensuite sur ce fond moral qui équilibre l'esprit un développement raisonnable dans la connaissance et l'étude de tout ce qui est.

La Confiance en soi, la Joie de Vivre seront le Tonus de la Vie, ce qui en fait le fond de la vérité thérapeutique. C'est sur elles que résident les puissances de réaction de l'individu; ce sont elles qui sont les leviers psychologiques agissant sur les glandes à sécrétion interne, mystérieux laboratoire de réactions complexes qui président au fonctionnement harmonieux des organes dans leurs actes

purement physiologiques; mais ces glandes sont constamment sous la dépendance de centres psychiques supérieurs qui président aux modifications de leur fonctionnement intime et amènent secondairement une modification dans le fonctionnement réciproque des divers organes.

Ces Centres psychiques sont nettement influencés par le Médecin psychologue et par le Contact de la Nature : D'où le Rôle qui incombe à l'un et les Ressources que donne l'autre et le résultat efficace des deux actions associées.

Vu : le Président de la thèse,

H. CLAUDE

Vu : Le Doyen,
ROGER

Vu et permis d'imprimer
Le Recteur de l'Académie de Paris
APPELL

TABLE DES MATIÈRES

	Pages
Introduction.....	9
1. Le processus morbide, la Santé, Hygiène physique, Hygiène morale.....	13
2. L'éducation et le Médecin.....	25
3. Confiance en Soi et Joie de vivre.....	31
4. Thérapeuthique et psychologie.....	34
5. Prophylaxie générale.....	38
6. La Vie à la Campagne.....	42
Conclusions.....	45

